

($p = 0,001$). При этом только в экспериментальной группе удалось выявить повышение показателей по личностным характеристикам, связанным с психологической готовностью к оказанию первой помощи, — уровня эмпатии и идентификации.

Заключение. Для повышения психологической готовности к оказанию первой помощи важно не только проводить обучение, но и регулярно актуализировать знания и навыки, что обеспечивает их более длительное сохранение и поддержание у субъекта уверенности в собственных силах.

Библиографические ссылки

1. *Ибатуллина С. В., Тимофеева В. Э.* Психологическая готовность студентов к оказанию первой помощи // Актуальные проблемы экстремальной и кризисной психологии : материалы III Всерос. науч.-практ. конф. (Екатеринбург, 2 апреля 2021 г.). Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2021. С. 33–35.

Л. В. Токарская

Т. Ю. Быстрова

*Уральский федеральный университет,
Екатеринбург*

ПРОТОКОЛ ОЦЕНКИ И ФОРМИРОВАНИЯ СЕНСОРНО-БЛАГОПОЛУЧНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Аннотация. Авторами разработан протокол оценки и формирования сенсорно-благополучной среды, который представляет собой последовательность действий, может применяться после проверки помещений образовательной организации на соответствие санитарным и строительным требованиям и позволит предусмотреть риски пребывания ребенка в определенной среде, а также возможности их преодоления. В качестве примера приводится информация об особенностях

средовых условий, характеристиках среды, маркерах ее благополучия и неблагополучия для одной из семи модальностей — визуальной.

Ключевые слова: сенсорное благополучие, сенсорная безопасность, образовательная среда, протокол оценки, маркеры

Введение. В настоящее время при проектировании и оценке образовательных организаций определяющими являются вопросы безопасного и комфортного пребывания в ней детей. При этом безопасность и комфорт понимаются с точки зрения требований санитарных правил и норм (СанПиН) [1] и строительных норм и правил (СНиП), которые практически не учитывают индивидуальные особенности обучающихся, в том числе сенсорные. Сенсорно-благополучной можно называть среду, максимально соответствующую параметрам человека как природного в своей основе существа, обладающего зрительной, слуховой, обонятельной, вкусовой, тактильной, проприоцептивной и вестибулярной сенсорными системами, стремящимися к интеграции данных [2]. Такая среда позитивно влияет на физические и когнитивные процессы и состояния. Оценку сенсорного благополучия среды можно проводить с использованием маркеров, то есть элементов среды, наличие которых означает для эксперта (специалиста, педагога, родителя) позитивное воздействие этой среды на человека, который в ней находится, притом исключительно в этой связке. Другое исходное состояние субъекта, попадающего в среду, потребует изменения состава маркеров.

Материалы и методы. Маркеры свидетельствуют о воздействии среды на все сенсорные системы человека. Соответственно, сенсорно-благополучной будет среда, содержащая элементы-маркеры, способствующие положительным изменениям физического и ментального состояния. Сенсорно-неблагополучной является среда, в которой отсутствуют маркеры, подтверждающие возможность благополучного состояния и активности человека. В систему маркеров сенсорно-благополучной среды входят как универсальные, так и специфические (связанные с особенностями конкретного человека или группы людей) компоненты. Это означает необходимость персонализации и индивидуализации среды, невозможность существова-

ния двух абсолютно одинаковых классов или комнат. Визуализация маркеров среды позволяет создать карту сенсорного благополучия места или институции (школы, музея и т. д.) [3]. При этом требования СанПиН и маркеры представляют собой взаимосвязанные подсистемы должных (в одном случае) и реально существующих (в другом случае) сенсорных характеристик среды. Их соблюдение или присутствие свидетельствует о более высоких качествах как самой среды, так и происходящих в ней процессов — обучения, социализации, коммуникации и т. п. Например, для *визуальной* модальности такими условиями являются наличие минимум трех уровней масштаба в объектах среды — крупного, среднего, мелкого; отсутствие монотонности в организации форм или пространств; наличие биоморфных форм в окружении; цветовое зонирование; отсутствие флуоресцентных цветов, сильно раздражающих глаз и психику; наличие только естественных цветов; наличие ритмически организованных элементов и паттернов, симметрий разных видов [4]. Маркерами, указывающими на недостаточные и даже опасные свойства *визуальной образовательной среды*, станут следующие: наличие однообразных ритмов; избыток белого цвета в отделке помещения; непропорциональные формы мебели или оборудования; нависающие детали в интерьере; присутствие выступающих углов; наличие ненужных предметов и элементов, визуальный «мусор»; яркие цветовые контрасты, постоянно присутствующие в поле зрения обучающегося в момент деятельности; бликующие или блестящие поверхности и др. Важно модифицировать среду так, чтобы убрать или ослабить триггеры (травмирующие стимулы) для тех, кто в ней находится. Для этого можно использовать разработанный нами протокол оценки среды, который содержит две части. В *первой* указываются формальные сведения, необходимые для осуществления оценочных процедур, такие как информация о городе, районе, образовательной организации, особенностях контингента обучающихся, типе помещения, уровне шума, основных материалах покрытий и мебели, характере освещения и др. *Вторая* часть содержит показатели, которые позволяют провести оценку среды и включают рекомендации по ее улучшению. Ниже представлен фрагмент таблицы (табл. 1).

Маркеры сенсорного благополучия и неблагополучия среды (фрагмент)

Сенсорная способность	Маркеры сенсорно-неблагополучной среды	Последствия для человека, включая образовательную деятельность	Маркеры сенсорно-благополучной среды	Пути достижения
Визуальные впечатления	<p>Монотонность (повышенная гомогенность) среды, однообразная ритмическая организация.</p> <p>Отсутствие верно выбранных пропорций помещения или площадки.</p> <p>Отсутствие визуальных акцентов или доминант, недостаточная когнитивная ясность среды.</p> <p>Отсутствие динамической перспективы</p>	<p>Стресс, утомление, связанные с отсутствием новой информации. Затруднения с ориентацией в пространстве</p>	<p>Вариативность в повторях, неритмичные сенсорные стимулы.</p> <p>Пропорционирование</p>	<p>Отказ от стандартных конструкций, не допускающих вариантов; цветовые взаимодополнения.</p> <p>Использование порций «золотого сечения».</p> <p>Наличие визуальных элементов, благодаря которым глаз распознает структуру.</p> <p>Наличие визуальных элементов, благодаря которым глаз распознает глубину помещения</p>

Результаты. Приведенные в таблице показатели позволяют проводить качественную и количественную (в процентах) *оценку* результатов, где 80–100-процентное соответствие будет указывать на то, что среда может считаться практически или абсолютно сенсорно благополучной; 50–79 % — среда может считаться сенсорно-безопасной; 30–49 % — среда сенсорно неблагоприятная; 0–29 % — показатель сенсорно опасной среды.

Заключение. В последние годы серьезное внимание исследователей обращено к проблеме безопасности и благополучия современного человека, особенно в системе образования. Однако тема сенсорного благополучия остается пока практически не разработанной. Безусловно, необходимыми условиями для усиления качества сенсорной образовательной среды являются слаженная работа междисциплинарной команды специалистов, обучающий характер создаваемой среды и организация специальных средовых условий. Использование протокола, а также анализ индивидуальных особенностей каждого конкретного ребенка позволят создать более благополучную среду в образовательной организации.

Библиографические ссылки

1. Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» : пост. Гл. гос. сан. врача Рос. Федерации от 28.09.2020 № 28 // Официальный интернет-портал правовой информации : [сайт]. URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122> (дата обращения: 30.03.2023).

2. Сенсорно-благополучная среда для современных школьников : метод. рек. // авторы-сост.: Т. Ю. Быстрова, Л. В. Токарская, Е. В. Хлыстова. Екатеринбург : [Б. и.], 2022. 180 с.

3. Занкина Е. А., Быстрова Т. Ю., Токарская Л. В. Карта сенсорной безопасности: ответ на потребности инклюзивной школы // Актуальные проблемы экстремальной и кризисной психологии : материалы IV Всерос. науч.-практ. конф. Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2022. С. 32–35.

4. Alexander Ch. The Timeless Way of Building. Oxford : Oxford Univ. Press, 1979. 552 p.